Inilah Tiga Cara Mengangkat Tangan Saat Berdoa

written by Ahmad Khalwani, M.Hum

Mengangkat tangan adalah salah satu etika berdoa yang harus diperhatikan seorang muslim. Berdoa adalah salah satu kewajiban orang yang beriman. Memanjatkan doa juga merupakan sebuah sarana mendekatkan diri kepada Allah. Dan doa itu juga merupakan sebuah perantara seorang hamba dalam mengajukan berbagai macam permintaan, baik itu hajat, mohon ampun dan lain sebagainya.

Allah sendiri memerintahkan hambanya untuk senantiasa memanjatkan doa kepadanya. Dan Allah pasti akan mengijabahi semua doa yang dipanjatkan. Dan orang-orang yang tidak mau berdoa termasuk ciri-ciri orang yang sombong, dan neraka adalah tempat bagi orang yang sombong tersebut. Hal ini sebagaimana keterangan dalam Al-Quran

وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ۚ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ

Artinya: “Dan Tuhan kalian berfirman, ‘Berdoalah kalian kepada-Ku niscaya akan Aku kabulkan bagi kalian.’ Sesungguhnya, orang-orang yang sombong dari

beribadah kepada-Ku, akan masuk neraka dalam keadaan hina”. [QS. Ghafir: 60]

Mengangkat Tangan Merupakan Etika Berdoa

Salah satu etika seorang hamba saat memanjatkan doa adalah mengangkat tangan. Karena menggangkat tangan saat berdoa menjadi perantara terijabahnya sebuah doa. Bahkan Allah sendiri merasa malu ketika hambanya menggangkat tangan untuk berdoa namun tidak mengkabulkannya. Dalam Hadis Nabi Muhammad disebutkan

إِنَّ اللَّهَ حَيِيٌّ كَرِيمٌ يَسْتَحْيِي إِذَا رَفَعَ الرَّجُلُ إِلَيْهِ يَدَيْهِ أَنْ يَرُدَّهُمَا صِفْرًا خَائِبَتَيْنِ

Artinya: “Sesungguhnya Allah itu sangat pemalu dan Maha Pemurah. Ia malu jika seorang lelaki mengangkat kedua tangannya untuk berdoa kepada-Nya, lalu Ia mengembalikannya dalam keadaan kosong dan hampa”. [HR. Abu Daud]

Dari hadis ini, kita mengetahui bahwa menggangkat tangan saat berdoa bisa menjadikan terkabulnya sebuah doa. Namun demikian perlu memahami etika dan cara mengangkat tangan saat berdoa yang baik dan benar sesuai petunjuk Nabi Muhammad. Sahabat Ibnu Abbas menceritakan tentang tiga cara menggangkat tangan saat berdoa

وقال ابن عباس رضي الله عنهما : (المسألة : أن ترفع يديك حذو منكبيك ، والاستغفار : أن تشير بإصبع واحدة ، والابتهال : أن تمد يديك جميعا هكذا) ورفع يديه وجعلهما مما يلي وجهه .

Artinya: “Sahabat Ibnu Abbas radhiyallahu ‘anhu berkata: “Etika bedoa adalah dengan mengangkat tangan sejajar dengan pundakmu. Jika istighfar, atau memohon ampun maka angkat atau acungkanlah satu jari telunjukmu. Jika ibtihal, doa dengan tadhorru’ atau doa untuk sesuatu yang genting maka angkatlah tanganmu seperti ini”. Beliau memeragakan doa dengan menjunjung kedua tangan beliau sejajar dengan wajah”.

Berangkat dari hadis ini maka pahamilah tiga cara mengangkatkan tangan saat berdoa yaitu

Pertama, ketika kita berdoa untuk meminta sesuatu maka junjunglah kedua tangan sejajar dengan pundak.

Kedua, Apabila kita berdoa untuk beristihfar atau meminta ampunan maka angkatlah tangan serang mengacungkan satu jari telunjuknya

Ketiga, ketika berdoa dalam situasi yang genting maka angkatlah kedua tangannya sejajar dengan wajah.

Demikialah tiga cara mengangkat tangan saar berdoa. Semoga dengan mengetahui ini, Allah SWT akan senantiasa mengabulkan doa-doa kita, Amin.